Rukun Puasa

Pertama, Menahan diri dari semua hal yang membatalkan puasa sejak terbitnya matahari sampai terbenamnya matahari.

Firman Allah Subhanahu wa Ta'ala, "Dan makan minumlah hingga terang bagimu benang putih dari benang hitam, yaitu fajar. Kemudian sempurnakanlah puasa itu sampai datangnya malam hari." (Al-Baqarah: 187). Yang dimaksud dengan "benang putih" adalah terangnya siang dan "benang hitam" adalah gelapnya malam.

Kedua, Niat

Ketika seseorang menahan diri dari segala yang membatalkan puasa, ia meniatkan untuk mendekatkan diri kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala. Sabda Rasulullah Shallallahu Alaihi wa Sallam, "Sesungguhnya semua amalan itu tergantung pada niatnya, dan seseorang akan mendapatkan balasan dari amalnya sesuai dengan niatnya..." [Muttafaq 'Alaih]
https://www.islamkingdom.com/id/rukun-puasa-hal-hal-yang-dibolehkan-saat-berpuasa-sunnah-sunnah-puasa-hal-hal-yang-dimakruhkan-serta-hal-hal-yang-membatalkan-puasa

www.islamkingdom.com/id